

La detección de talentos deportivos en niños de 10 años en la comunidad

The detection of sport talents in 10 year-old children in the community

Jorge Eduardo Ortega-Nieto

¹Lic. Prof. Asist. Universidad de Guantánamo, Cuba. jorge@cug.co.cu

Fecha de recepción: 3 de abril de 2012

Fecha de aceptación: 20 de mayo de 2012

RESUMEN

La propuesta se concreta en la implementación de una alternativa metodológica que potencie la detección de niños de 10 años como talento deportivo sustentada en normas antropométricas y físicas, del Combinado Deportivo “San Justo”, implicando a los factores de la comunidad. Los resultados obtenidos se corresponden con los fundamentos teóricos y metodológicos que sustentan la alternativa metodológica, contextualizados en este campo, además de su evaluación en la factibilidad y utilidad práctica se realiza a partir de los criterios positivos expresados por especialistas y profesores, lo que satisface la idea de elevar el incremento de posibles talentos deportivos.

Palabras clave: Incremento; Talentos Deportivos; Comunidad; Niños

ABSTRACT

The proposal is summed up in the implementation of a methodological alternative that potentiates the recruitment of 10 year-old children as sports talents sustained in anthropometric and physical norms, at the San Justo Sports Complex, implying the representatives of the community. The obtained results correspond with the theoretical and methodological foundations that sustain the methodological alternative, contextualized with this field, besides the evaluation of its feasibility and practical utility was carried out starting from the positive approaches expressed by specialists and professors, what satisfies the idea of raising the number of possible sport talents.

Key words: Growth; Sports Talent; Community and Children

INTRODUCCIÓN

El deporte en el mundo actual exige la renovación constante de formas y métodos de

trabajo para permitir la aplicación de los novedosos adelantos de la ciencia y la técnica que deben corresponderse con los cambios experimentados en el desarrollo del deporte contemporáneo, siempre estar en la búsqueda de niveles superiores en la calidad de la reserva deportiva.

El hombre, al transcurrir el tiempo ha evolucionado por la dinámica de su condición humana, como consecuencia a los cambios de ritmo y la transformación del medio de vida que impone la sociedad. Al revisar la historia se puede observar entre otras cosas, ideales que reflejan la importancia que siempre ha tenido la actividad física en el hombre, concepción definida por la civilización griega, particularmente los atenienses quienes expresaban la necesidad de glorificar el cuerpo y la mente, manteniendo un firme respeto por la dignidad y valor del hombre como individuo.

El movimiento deportivo cubano ha experimentado un declive en cuanto a resultados en las últimas confrontaciones internacionales si tomamos como punto de partida los Juegos Olímpicos de Barcelona 1992, donde Cuba alcanzó el quinto lugar por medallas, la actuación en las subsiguientes citas ha quedado por debajo de las expectativas. Fue Beijing 2008 la alarma para un rediseño de las estrategias.

La necesidad de realizar la detección de talentos deportivos basada en la selección de verdaderas promesas permite el logro de altos resultados deportivos con una mayor eficiencia al no tenerse que recurrir a la selección natural y realizar la *reorientación* de niños no dotados, lo que le permitiría al profesor dirigir su motivación hacia los objetivos más lúcidos y educativos a los menos capacitados, evitando la frustración que supone el fracaso competitivo, además de los costos, posiblemente innecesarios, que acarrea sobre la salud del niño el deporte de alta competición.

Es por ello, que la problemática que representa el garantizar logros para el deporte, exige la estructuración de un sistema, la detección de los talentos deportivos para iniciarlos en el deporte, partiendo del criterio de articulación y aprovechamiento óptimo de todo el potencial que en recursos materiales y técnicos posee el combinado deportivo como institución básica fundamental que atienden la Educación física y el Deporte en la comunidad” San Justo”

De ahí que un buen sistema de selección permite que en una región geográfica determinada se seleccionen los mejores talentos, lo cual deviene no solo en mayores resultados, sino también en una óptima utilización de los recursos materiales económicos, técnicos y también humanos; por otra parte, se evita que sean seleccionados niños, adolescentes y jóvenes

que no reúnan los requisitos para un deporte determinado y que sus resultados no satisfactorios le produzcan sensación de fracaso y pérdida de tiempo.

Una vez aplicados los diferentes instrumentos se declaran las siguientes insuficiencias que existen en el proceso de detección de posibles talentos deportivos en el Combinado Deportivo “San Justo:”

- No se aprovechan las potencialidades de posibles talentos deportivos por no existir normas territoriales acordes con las características sociodemográficas.
- Insuficiente orientación a niños con potencialidades físicas y antropométricas que se inician en un deporte determinado de la comunidad.
- Poco aprovechamiento de las posibilidades que brindan las actividades docentes y extradocentes, fundamentalmente en el deporte para todos y el sistema competitivo para detectar posibles talentos deportivos.
- Las formas que se utilizan para detectar los talentos deportivos continúan siendo tradicionales, poco activas, que desmotivan a los profesores y no favorecen el trabajo.

Es por ello que se convierte en una necesidad que, todo proceso de selección se lleve a efecto conforme a principios y conocimientos científicos, como se puede realizar a través de proyectos relacionados con la práctica deportiva.

La esencia del sistema que se plantea, parte de una batería de tests antropométricos y de capacidades físicas coordinativas, sobre el principio de la realización masiva de las pruebas a los niños de 10 años del Combinado Deportivo “San Justo”, lo que permitirá no solo la detección de los posibles talentos deportivos, también beneficiará a aquellos que no lo son, pues, de alguna manera les permite conocer y aceptar su condición real. Del mismo modo le permite analizar su estado de salud y aptitud, así como su nivel de preparación para la práctica deportiva.

Tomando como punto de partida el diagnóstico inicial realizado se desarrolla la presente investigación declarando como problemática científica: ¿cómo potenciar el proceso de detección de posibles talentos deportivos de niños de 10 años del Combinado Deportivo “San Justo”?

La investigación persigue como objetivo: elaborar una alternativa metodológica que potencie la detección de niños de 10 años posibles talentos deportivos del Combinado “San Justo”.

DESARROLLO

En Cuba la comunidad constituye un importante escenario de socialización en la formación socio-deportiva, general e integral de los alumnos, desde un enfoque de interacción social teniendo como centro la familia.

Las bases sociales en que se sustenta el trabajo comunitario en la labor deportivo son su gratuidad y el acceso de la mayoría de las personas a una formación básica general y en igualdad de derechos y oportunidades.

El elemento central de la vida en la comunidad y con ella, es la actividad económica, sobre todo en la proyección más cercana a la vida cotidiana, pero junto a ello y como parte fundamental, están las necesidades sociales, tales como la salud, la educación, la cultura, el deporte, la recreación y otras, todos estos elementos integran una unidad y exigen un esfuerzo de cooperación.

También es importante tener en cuenta su relación con otras comunidades, el tipo de vínculos deportivo- recreativos dirigidos a lograr relaciones de amistad, fraternidad y competitividad con niños de otras comunidades, que sirven para estimular las habilidades deportivas, creando la base para la formación y consolidación de valores psicológicos como la voluntad, la perseverancia, la seguridad en sí mismo para realizar o ejecutar acciones planificados o no en las actividades deportivo- recreativas , permitiéndoles interactuar con la comunidad y lograr un desarrollo psicosocial más integral al desarrollarse sentimientos de identidad y sentido de pertenencia con la comunidad.

Al realizar el estudio de la comunidad para la detección de talentos se deben tener en cuenta las características de estos en dos sentidos:

- 1- Sus cualidades individuales para enfrentar el proceso de enseñanza-aprendizaje, donde se incluye, el nivel de enseñanza y desarrollo de las habilidades técnicas, su postura desde el punto de vista psicológico y su desarrollo como sujeto desde el punto de vista individual.

- 2- Sus cualidades para la interacción social, estando determinado por el grado de homogeneidad-heterogeneidad, principalmente en cuanto a un grupo importante de características que influyen en las posibilidades de acción coordinada y conjunta dentro de las cuales se incluyen: el sentido de pertenencia a la comunidad o grupo o de bien común, sus necesidades e intereses afines.

Los posibles talentos deportivos que surjan de la propuesta metodológica unidos a los que existen en la actualidad son la razón de ser de la labor deportiva comunitaria que se desarrolla por parte de los profesores de Educación Física y Deportes en el Combinado Deportivo “San Justo”, convirtiéndose la comunidad en un importante espacio de materialización del mismo.

La atención al trabajo deportivo de los profesores de Educación Física y deportes hacia la atención de los posibles captados como talentos deportivos en la edad de 10 años, sobre todo como una acción de alcance estratégico, es fundamental en su concepción, desde tener en cuenta la importancia de la participación en la conducción del desarrollo social, aglutinar practicantes para las diferentes disciplinas deportivas, con la ampliación gradual de los que conforman el proceso comunitario, lo que es condición necesaria para un movimiento estable y progresivo, en aras de potenciar la detección de talentos deportivos para iniciarlos en el deporte.

Para diseñar la alternativa metodológica se parte de los aspectos fundamentales que rigen la misma, aun cuando para su instrumentación se establecen aspectos con un carácter sistémico por su organización y propósitos que admiten redimensionar las diferentes acciones que se desarrollan durante su puesta en práctica teniendo en cuenta la relación que guardan entre sí, estos aspectos son de gran importancia a tener en cuenta por parte de los profesores de Educación Física a la hora de realizar el proceso de detección de los talentos deportivos, ya que sin conocimientos de los elementos teóricos para llevar a cabo un diagnóstico no sería posible efectuar el proceso con toda la calidad requerida por lo que se haría mucho más difícil planificar, ejecutar, controlar, evaluar y adoptar nuevas decisiones para el logro de nuevas metas dentro de un proceso de detección de talentos deportivos.

La alternativa metodológica como resultado de la investigación científica se ha convertido en un tema recurrente en el campo de la investigación docente, es por ello que muchos autores ofrecen sus criterios con la finalidad de lograr una definición que generalice esta herramienta pedagógica; en este particular, por el objeto que se investiga es asumida como una opción más entre las ya existentes para la solución de la problemática que se está presentando en el Combinado Deportivo “San Justo”, relacionada con cómo potenciar el proceso de detección de talentos deportivos de los niños de 10 años de dicha localidad.

La alternativa tiene como fin motivar a los especialistas en las búsqueda de otras opciones que permitan promocionar la aplicación de la ciencia en función del deporte, por otra parte se

determinaron algunas de las insuficiencias existentes para la selección de los elementos fundamentales que integran la nueva alternativa, considerando las condiciones objetivas y subjetivas necesarias. Para la implementación de la misma se incluye el proceder metodológico.

Se ha de considerar que las nuevas tecnologías cada vez cobran más fuerza y están presentes en el desarrollo de los diferentes procesos sociales especialmente en el plano pedagógico, por tanto esta relación objetivo – contenido es determinante ya no influye ola sobre la categoría método, sino que se asocia a ellas la categoría medios.

Antropología

La antropología deportiva estudia las características morfológicas de los atletas en función del rendimiento deportivo a través de la valoración antropométrica la cual es una técnica que permite realizar mediciones básicas tales como: peso, talla, talla sentada, índice córmico, envergadura.

Descripción

I. Lanzamiento de pelota de tenis:

Objetivo:

Medir la capacidad de precisión con la mano alejada del cuerpo. También de la percepción de la distancia y el control neuro-muscular.

Justificación:

El valorar la capacidad de tener buena precisión ojo-mano gruesa u manifestarla con un lanzamiento con precisión nos va a permitir detectar sujetos que tengan potencial en deportes como Atletismo (lanzamientos), Tiro Deportivo, Tiro con arco, Voleibol, Softbol, Tenis de mesa y Béisbol.

Metodología:

El sujeto se coloca en el área delimitada para la prueba en posición de lanzamiento, el pie de apoyo sobre la línea, con el propósito de ejecutar cinco (5) lanzamientos sobre una diana, colocada a la altura de 110 cm del piso y a una distancia de cinco (5) metros.

Valoración:

Se registra la sumatoria de los aciertos en los diferentes puntos de la diana y la ponderación se busca en las tablas de acuerdo con su edad. La distribución de la diana es la siguiente:

- El primer círculo mide 20 cm y su valor es de 20 puntos.

- El segundo círculo mide 40cm y su valor es de 15 puntos.
- El tercer círculo mide 60cm y su valor es de 10 puntos.
- El cuarto círculo mide 80cm y su valor es de 5 puntos.
- Los tiros que den fuera de la diana 0 puntos.

Reglas:

- El aspirante cuenta con tres (3) lanzamientos.
- Los lanzamientos se harán con la mano preferente. El aspirante tiene un intervalo de tiempo entre lanzamiento y lanzamiento de treinta (30) segundos.

Recursos materiales:

- Espacio físico, cinta métrica, pelotas de tenis.
- Cala, diana. planillas de anotación.

II. Agilidad:**Objetivo:**

Medir la agilidad y destreza general.

Justificación:

La coordinación y agilidad son capacidades de suma importancia para ser evaluada por esta prueba, siendo movimiento importante para los deporte de alta técnica y coordinación de movimientos. Ejemplo de estos son: Esgrima, Gimnasia artística y rítmica, Nado sincronizado, Saltos ornamentales. Esta valencia también está presente en mayor o menor importancia en los demás deportes, pero es capital en los antes mencionados.

La distancia entre las vallas es de seis (6) metros y entre párales o conos de 4m. La altura de las vallas varía de acuerdo con la edad y el sexo. Para caballeros hasta 70cm, para damas 65cm.

Valoración:

Se computa el mejor tiempo (en segundos y décimas) empleado por el participante en recorrer el circuito y la ponderación se busca en las tablas de acuerdo con la edad.

Reglas:

- Se realizan dos (2) intentos y se computa el mejor. Estos no serán consecutivos.
- Si el sujeto se equivoca o abandona un intento se considera como válido.
- Se detiene el cronómetro al contacto de cualquiera de los pies del ejecutante con el piso.

Recursos materiales:

- Cronómetro.
- Espacio físico para ejecutar la prueba preferentemente antirresbalante, de 25m y sin ningún tipo de obstáculo que no sean los permitidos.
- Vallas de atletismo.
- Conos de 50 cm de altura.
- Planilla de anotación.

III.- Equilibrio y orientación espacial.**Objetivo:**

Medir el equilibrio y la orientación espacial.

Justificación:

La orientación tempo-espacial es un aspecto que debe evaluarse, ya tiene un componente genético predeterminado, además que la posibilidad de mejorarse significativamente se presenta en las edades tempranas. Existen deportes donde esa valencia es capital: Remo, Canotaje, Ciclismo, Natación, Patinaje, Nado sincronizado, Gimnasia, Saltos ornamentales, entre otros.

Metodología:

El sujeto se coloca en el sitio señalado para la prueba y debe quedar apoyado únicamente con el dedo pulgar de la mano preferentemente en el medio de un círculo de treinta (30) cm de diámetro y los pies, para desde esa posición realizar siete (7) vueltas con la mayor rapidez posible y luego tratar de caminar en línea recta. El círculo está constituido por un círculo de 10 m, perpendiculares a esta se trazan líneas a una distancia de dos metros cada una hasta seis metros y a ambos lados de la línea central ángulos de 30 grados.

Valoración:

Se toma en cuenta la distancia en que se incorporó definitivamente a la línea y la ponderación se busca en la tabla.

Reglas:

- El sujeto tendrá un solo intento.
- Debe realizar el número de vueltas señaladas.

Recursos materiales:

- Planilla de anotación.

- Tirro.
- Cinta métrica.
- Conos.

Valoración:

El primer caso implica una longitud de las extremidades superiores mayor a la talla, por lo que orienta a deportes como el Remo, Canotaje, Natación entre otros.

El segundo caso implica simetría y proporcionalidad de las medidas, lo que es ideal para deportes como Atletismo (carreras de velocidad y fondo) y deportes de precisión (Tiro).

El tercer caso implica unas extremidades superiores más cortas lo que beneficia en deportes como las Pesas, Ciclismo.

Nutrición:

Nutrición en los niños de 10 años de edad, que se sometan a la práctica del deporte. En el escolar, el crecimiento es lento pero constante, en esta etapa, el aumento de longitud de los miembros inferiores es mayor que el crecimiento del tronco.

Genéticamente los varones presentan mayor masa muscular que las niñas; sin embargo, en ambos la masa muscular se incrementa con menor intensidad que durante la adolescencia. Las hembras tienen una masa de grasa mayor que los varones. En algunos niños, dependiendo de su estado de maduración, se puede dar inicio a la aparición de los caracteres sexuales secundarios e iniciar el estirón puberal propio de cada sexo. El escolar comienza a ser independiente, decide por sí mismo, conoce y es capaz de defender razonadamente sus gustos, preferencias y aversiones. Tiene capacidad de acordar, negociar, definir y aceptar responsabilidades de acuerdo a su edad. Su maduración motora y cognoscitiva les permite aceptar y tolerar la dieta del adulto sin dificultades. Al final de la edad escolar el apetito del niño aumenta porque la velocidad del crecimiento también incrementa. A esta edad es importante afianzar las normas y los buenos modales en la mesa.

Punto importante dentro de los hábitos alimentarios es el *DESAYUNO*, ya que para mantener los procesos de atención, comprensión, aprendizaje y desarrollo de la actividad física deportiva durante las primeras horas del día, deben consumir cantidades adecuadas de macro nutrientes (carbohidratos, proteínas y lípidos) y micro nutrientes (vitaminas y minerales).

No se debe omitir ninguna comida principal.

Las actividades físicas producen un gasto de energía que hay que reponer, al eliminar una comida disminuye la ingesta diaria de calorías requeridas para su crecimiento, desarrollo y actividad física. Las actividades deportivas en ocasiones desplazan la hora de la comida y a la ingesta de alimentos naturales ingiriendo los niños refrescos y chucherías. Este tipo de conducta alimentaria se debe restringir, controlar, supervisar y en lo posible evitar.

El deporte los conduce en general a aumentar el consumo de agua debido a la pérdida por el sudor, mayormente en los climas cálidos y húmedos como el nuestro. Ellos por lo general toman menos líquidos que los adultos; la deshidratación les produce un aumento de temperatura corporal y quizás calambres musculares por la pérdida de electrolitos. Una guía práctica sobre el líquido que debe ingerir el niño es: una hora antes del ejercicio, un vaso de agua; media hora antes del ejercicio, medio vaso de agua; 15 a 5 minutos antes del ejercicio, medio o un cuarto de vaso de agua. Durante la actividad física ya sea de entrenamiento o competencia ofrecerle agua de cada 15 a 20 minutos, después de haber finalizado la actividad física a libre demanda.

Los carbohidratos deben aportar diariamente cerca de 55% del total de calorías. Los carbohidratos complejos deben cubrir alrededor del 50% del total de energía diaria y el azúcar o carbohidratos simples no deben exceder del 6 al 10% del aporte calórico total de la dieta. Las proteínas deben aportar entre el 13 y 15% del total de calorías. Las grasas deben cubrir entre el 30 al 35% del aporte calórico a esta edad. El total de calorías se distribuye en cuatro a cinco comidas. Las meriendas son muy importantes en los escolares y pueden contribuir hasta con la tercera parte de la ingesta diaria. El consumo de agua deberá ser aproximadamente 85 ml/ Kg / día.

Por otro lado, no puede olvidarse que: el objetivo de la alimentación es proveer al organismo de combustible y del material de construcción para que pueda llevar a cabo sus funciones vitales y mantener los tejidos en buenas condiciones.

CONCLUSIONES

La aplicación de la alternativa metodológica permite establecer normas que tienen en cuenta las características de los niños del Combinado Deportivo "San Justo," todo lo cual se evidenció al someter a una valoración práctica la misma a partir de los criterios de los especialistas. Además de que la propuesta demuestra la necesidad de la auto-preparación de los profesores de Educación Física, de ello depende la certeza del diagnóstico en la

aplicación práctica del proceso y en la obtención de los resultados que se esperan con la instrumentación de la misma.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alonso, R. (1980). *Resultados antropométricos en el ensayo de un programa de Educación Física*. III jornada técnico metodológica. ESPA nacional La Habana.
- Alonso, R. F. y Pila, H. (1985). *Experiencias de un método para preparación de atletas*. La Habana: Editorial Ciencias Médicas, P. 14.
- Alfredo Sosa, O. M. (1999). *La selección deportiva vista desde las perspectivas actuales*. Universidad Cienfuegos. Cuba.
- Alexander, P.A. (1992). *Características Físicas y Morfológicas del Venezolano*, Memorias del IV Congreso Nacional de Educación Física.
- Apuntes Educación Física y deportes (1996). *La variación de movimientos rápidos y coordinados. Su interrelación y capacidad de selección de talentos deportivos*, Revista nº 46, 4 trimestre. Instituto Nacional de Educación Física de Cataluña, Barcelona
- Avilés, M.I. (1999) .*Sistema de selección deportiva en la Gimnasia Rítmica para los centros de alto rendimiento*. Tesis de grado La Habana: ISCF. "Manuel Fajardo". PP.7-9.
- Bachéele, T. (1999). *Entrenamiento con pesas*. Barcelona. Martínez Roca. S.a.
- Barrios, J. Ranzola, A. (1998). *Manual para el deporte de iniciación y desarrollo*. La Habana: Deporte.